

# Envolvimento na escola e saúde mental dos estudantes de ensino superior: Um projeto de investigação

## Academic engagement and mental health in higher education students: A research project

Filomena Covas<sup>1</sup>, Feliciano H. Veiga<sup>2</sup>

<sup>1</sup>*Escola Superior de Educação, Instituto Politécnico de Lisboa*

<sup>2</sup>*Instituto de Educação, Universidade de Lisboa (Portugal)*

fcovas@eselx.ipl.pt, fhveiga@ie.ul.pt

### Resumo

**Enquadramento conceptual:** no âmbito das teorias cognitivo-sociais o envolvimento do aluno na escola (EAE) é considerado um constructo multidimensional que abrange quatro dimensões: cognitiva, afetiva, comportamental e *agenciativa*. Será também considerada uma quinta dimensão de “cidadania”. Os estudos empíricos realizados apontam para uma necessidade de aprofundamento da investigação da associação entre EAE e Saúde Mental (SM) dos estudantes, considerada como uma importante questão de bem-estar físico e emocional que pode ter impacto pessoal, social e institucional. **Objetivos:** Pretende-se encontrar respostas para o seguinte problema de investigação: *Como se caracteriza o envolvimento na escola e a saúde mental dos estudantes no ensino superior, como se relacionam estas variáveis entre si, e como se diferenciam em função de fatores pessoais, escolares e familiares?* **Metodologia:** Utilizar-se-á uma abordagem quantitativa com recurso ao programa SPSS. A amostra será constituída por cerca de 1400 estudantes do Ensino Superior Politécnico de Lisboa, do 1º Ciclo de Estudos, abrangendo estudantes de todos os anos de diferentes licenciaturas. Os dados serão recolhidos através de um inquérito que incluirá dois instrumentos: a *Escala de Envolvimento dos Alunos na Escola*, uma *Escala Quadri-Dimensional - EAE-E4D*, de Veiga (2013); e o *Mental Health Inventory - MHI-38*, de Veit e Ware (1983), na versão adaptada à população portuguesa por Pais-Ribeiro (2001). **Resultados:** Espera-se que os resultados contribuam para a clarificação da relação entre as variáveis de EAE e de SM em estudantes do ensino superior e explicitem como estas variáveis se diferenciam e caracterizam em função de fatores pessoais, escolares e familiares.

**Palavras chave:** envolvimento do aluno na escola; saúde mental; desenvolvimento do estudante de ensino superior.

## ***Abstract***

**Conceptual framework:** within the scope of the social cognitive theories, the academic engagement of the student (AES) is considered a multidimensional construct that encompasses four dimensions: cognitive, emotional, behavioural, and agentic. Additionally, a fifth dimension will be considered: citizenship. The empirical investigation carried out shows that there is a need to further research the link between AES and the students' Mental Health (MH), which is considered to be an important matter of physical and emotional well-being that may impact the student personally, socially, and institutionally. **Objectives:** The intention is to find answers to the following research questions: How can academic engagement and mental health in higher education students be defined, how do these variables relate to each other, and how do they differ as functions of personal, academic and family factors. **Methodology:** a quantitative approach resorting to the SPSS program will be employed. The sample will comprise about 1400 undergraduate students of the Polytechnic Institute of Lisbon, from all years of study, ranging different subjects. Data will be collected through a survey that includes two tools: the Scale for Academic Engagement of the Student, a four-dimensional scale - AES-4DS, by Veiga (2013), and the Mental Health Inventory - MHI-38, by Veit and Ware (1983) in its version adapted to the Portuguese population by Pais-Ribeiro (2001). **Results:** the results are expected to contribute to the clarification of the relation between the AES variables and those of MH in third level students. They should also show how the variables differ and are defined as functions of personal, academic and family factors. **Keywords:** academic engagement of the student, mental health, development of higher education student.

## 1. Enquadramento conceptual

Numa época em que cada vez mais se assinala uma quebra da motivação escolar, com subsequente falta de envolvimento dos estudantes nos processos de participação e de aprendizagem em contexto escolar, e se constata socialmente uma frequência elevada de comportamentos auto e hetero-agressivos entre a população mais jovem, surge como pertinente a vontade de aprofundar o conhecimento sobre os dois constructos multidimensionais que são o Envolvimento dos Alunos na Escola e a Saúde Mental, cada um *per si*, nas possíveis associações entre os dois, e também nas suas relações com outras variáveis sociodemográficas. Pesquisas recentes, têm referido que algumas dimensões da organização do ambiente escolar, tais como o clima de sala de aula produtivo, a promoção de comportamentos sociais de participação e de cooperação, e a oferta da escola relacionada com as atividades extracurriculares, podem desempenhar um papel crítico na melhoria do impacto de factores de risco associados às características pessoais, familiares e sociais dos estudantes (Fullarton, 2002; Trussell, 2008). O que, não só coloca a escola numa posição importante no que diz respeito à promoção do envolvimento dos alunos, como abre campo à pertinência do estudo das relações entre este processo de envolvimento na escola e a própria saúde mental dos alunos. Sublinha-se, então, a importância e pertinência de com este projeto de investigação, contribuir para uma melhor compreensão do próprio EAE enquanto constructo, no contexto do ensino superior e simultaneamente perceber as suas relações com o nível de saúde mental dos estudantes considerado como um factor pessoal que poderá favorecer ou limitar o próprio envolvimento.

### 1.1 Envolvimento do Aluno na Escola

Mais recentemente, o envolvimento tem sido definido por alguns autores como um estado mental positivo que se caracteriza por vigor, dedicação e absorção nas atividades (Schaufeli, Salanova, Bakker, & Gonzales-Roma, 2002; Veiga et al., 2012) e tem vindo a ganhar importância na investigação como conceito importante no meio escolar, parecendo estar associado a variáveis como o sucesso académico e o desenvolvimento pessoal e social dos estudantes (Appleton, Reschly, & Christenson, 2014). Atualmente o EAE é considerado um constructo multidimensional que tem sido estudado sob várias perspectivas de acordo com as dimensões que lhe são atribuídas e que podem variar de uma a quatro dimensões (Fredricks & McColskey, 2012; Veiga, Reeve, Wentzel, & Robu, 2014). Mais recentemente, para além das dimensões cognitiva, afetiva e comportamental, tem sido estudada uma quarta dimensão designada agenciada (*agentic*), que envolve uma caracterização mais complexa

por estar relacionada com as três dimensões anteriores (Reeve & Tseng, 2011; Veiga, 2013). O envolvimento agenciado inclui um processo intencional e proactivo dos estudantes no âmbito da construção do seu próprio processo de aprendizagem e revela-se, só por si, preditivo da variabilidade do rendimento escolar dos estudantes (Reeve & Tseng, 2011; Veiga et al., 2012). O envolvimento agenciado, simultaneamente, proporciona resultados positivos, enriquece o próprio ambiente de aprendizagem e possibilita a satisfação das necessidades psicológicas de autonomia, de competência e de integração, essenciais ao bem-estar dos estudantes (Reeve & Tseng, 2011).

No âmbito deste estudo assume-se a tipologia quadri-mensional na operacionalização do conceito de EAE, sendo constituída pelas dimensões cognitiva, afetiva, comportamental e agenciativa. Contudo, será também considerada a hipótese de uma quinta dimensão designada de cidadania, que integra aspetos relacionados com a participação cívica na comunidade escolar, como a participação em atividades culturais organizadas pela escola ou pelas associações de estudantes, relacionamento entre colegas e participação em órgãos de decisão da escola. No contexto do ensino superior, alguns autores têm identificado o envolvimento social na vida académica como um factor com maior valor preditivo dos resultados escolares, do que os factores individuais (Pascarella & Terenzini, 2005; Tinto & Wagenaar, 1988). Outros autores também referem que maiores níveis de envolvimento estão significativamente associados a melhores resultados escolares (e.g., Fredricks et al., 2004; Skinner et al., 2008; Veiga, Festas, et al., 2012). O que sugere o interesse de considerar a hipótese de uma quinta dimensão de EAE, que se decidiu designar “cidadania”, relacionada com o envolvimento social mais amplo dos estudantes na comunidade escolar. Contudo esta hipotética dimensão de cidadania poderá apenas constituir-se como um subtipo do comportamento social incluído na dimensão comportamental embora a sua inclusão nesta dimensão comportamental não se apresente clara, uma vez que na literatura analisada os indicadores que frequentemente a operacionalizam estão sobretudo relacionados com o envolvimento social do aluno, associado à adequação às normas sociais exigidas pela escola, no âmbito das tarefas escolares, das relações com os colegas e com os professores, parecendo não incluir a dimensão específica da participação cívica do estudante na vida da comunidade académica.

Na literatura anglo saxónica o constructo de envolvimento frequentemente assume designações pouco diferenciadas tais como: *Engagement*; *Engagement in Schoolwork*; *Academic Engagement*; *School Engagement*; *Student Engagement*; *Student Engagement in Academic Work*; e *Student Engagement in/with School* (Appleton, Christenson, & Furlong, 2008, pp. 371-372). Estes autores defendem a importância de clarificar as diferentes terminologias e referem a sua preferência pela utilização da expressão de *Student Engagement in/with School* (SES), justificando que esta designação inclui de forma mais completa as atividades académicas relacionadas com os alunos e que podem

acontecer tanto no interior da escolar, como nos contextos externos à escola, onde se inclui a família e a comunidade em geral (Appleton et al., 2008). No âmbito deste estudo, partilha-se esta última concepção e, de modo geral, entende-se por envolvimento dos alunos na escola um constructo multidimensional que abrange aspectos dos estudantes relacionados com: as suas emoções; os seus comportamentos; os seus conhecimentos; a sua contribuição proactiva, intencional e construtiva no âmbito dos próprios processos de aprendizagem; e, ainda, o seu envolvimento social dentro e fora da escola. De acordo com os estudos de diversos autores privilegia-se o estudo do EAE numa perspectiva de *continuum de intensidade*, variando do nível negativo mais baixo, para o nível positivo mais elevado (Finn, 1989; Fredricks et al., 2004; Reschly & Christenson, 2012; Skinner, Kindermann, & Furrer, 2008; Veiga, 2013).

## ***1.2 Saúde Mental***

A evolução do conceito de saúde em geral nos últimos 40 anos, transpôs as fronteiras do domínio da medicina para passar a ser considerado também uma importante questão nos domínios social e educacional. A forma de pensar a Saúde, sofreu uma viragem histórica nos anos 70 influenciando por seu turno, a própria concepção de Saúde Mental. Foi a partir da Carta de intenções de Alma-Ata (resultante da 1ª Conferência Internacional sobre Cuidados de Saúde Primários realizada pela OMS), que a importância dos cuidados preventivos de saúde ganhou destaque central na área da Saúde (World Health Organization [WHO], 1978). Alguns anos mais tarde, por pressão de um novo movimento mundial relacionado com as crescentes expectativas de saúde e bem-estar, sobretudo dos países mais desenvolvidos, é realizada a Primeira Conferência Internacional sobre Promoção da Saúde que dá origem à Carta de Ottawa (World Health Organization [WHO], 1986). O conceito de “promoção” da saúde, que surgiu neste contexto, foi então definido como *empowerment*, isto é, como um processo que visa aumentar a capacidade dos indivíduos e das comunidades para controlarem a sua saúde no sentido de poderem atingir um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e de se tornarem aptos a realizar as suas aspirações e satisfazer as suas necessidades num processo de modificação e/ou adaptação ao meio (World Health Organization [WHO], 1986). O conceito específico de saúde mental passou a ser definido não apenas pela ausência de doença mental, mas sobretudo, como um estado de bem-estar, no qual o indivíduo é capaz de colocar em prática as suas próprias capacidades, conseguindo lidar com as tensões normais da vida, trabalhar produtivamente e ser capaz de contribuir ativamente para a sua comunidade (World Health Organization [WHO], 2006).

Assim, ao longo das últimas décadas surgiram inúmeras abordagens psicológicas sobre os aspectos positivos da saúde mental (Vaillant, 2003). Contudo, apesar da tendência verificada nos últimos

anos em valorizar sobretudo os aspetos positivos da saúde mental, não se podem excluir os aspetos negativos (como a ansiedade e a depressão). Sendo assim, para avaliar a saúde mental na população em geral, devem ser usadas concomitantemente medidas de bem-estar e de *distress* - dimensão associada, justamente, aos sentimentos de ansiedade e de depressão (Winefield, Gill, Taylor, & Pilkington, 2012). Mesmo assumindo que o *distress* psicológico é uma dimensão distinta da doença mental, há investigadores que defendem que o conceito de *distress* é independente do conceito de bem-estar (Larsen, McGraw, & Cacioppo, 2001; Warr, Barter, & Brownbridge, 1983). Para outros autores a solução não é absoluta, o grau de independência entre o *distress* e o bem-estar pode variar de acordo com os desafios ambientais externos e internos com que as pessoas se confrontam (Zautra, Affleck, Tennen, Reich, & Davis, 2005; Zautra, Berkhof, & Nicolson, 2002). Assim, defendem que nos períodos de pouco stress, os afectos positivos e negativos estão relativamente não-correlacionados, mas nos períodos de bastante stress convertem-se numa dimensão bipolar simples (Zautra et al., 2005). De acordo com Massé et al. (1998), assume-se neste estudo a definição de saúde mental como um constructo que integra simultaneamente dimensões positivas associadas aos sentimentos de bem-estar e dimensões negativas (*distress*) relacionadas com aspectos subliminares que indicam que pode haver sofrimento ou mesmo sintomatologia psicopatológica ligada sobretudo à depressão e à ansiedade. O estado geral de saúde mental de uma pessoa resultará assim da conjugação ou do equilíbrio entre estas duas dimensões.

### ***1.3 Envolvimento na Escola e Saúde Mental em Estudantes do Ensino Superior***

Como conceito multifacetado, o envolvimento escolar é considerado como tendo uma certa maleabilidade porque está ligado simultaneamente a factores pessoais (e.g., o autoconceito, os sistemas de crenças e valores, a percepção de autocontrolo) e factores contextuais como a família, a relação com os colegas, com os professores e com a própria escola (Furlong & Christenson, 2008; Veiga et al., 2012). O objectivo do presente trabalho justifica-se pela existência desta característica de maleabilidade, uma vez que pretende contribuir para o estudo da associação entre envolvimento e saúde mental nos estudantes de ensino superior.

Por seu turno, a saúde mental dos estudantes é considerada uma importante questão de bem-estar físico e emocional que se constitui como um dos vetores muito importantes da saúde pública, com reflexo no contexto social e político, nos quais se integra também o contexto escolar (Carvalho et al., 2013). De acordo com uma pesquisa que envolveu vários países, metade das perturbações mentais começam antes dos 14 anos e três quartos começam antes dos 24 anos de idade (Kessler et al., 2005). A população dos estudantes de ensino superior está numa fase de vida, situada globalmente

entre os 18 e os 24 anos de idade (considerada como o início da vida adulta) e segundo a pesquisa realizada por Kessler et al. (2005) este período coincide com a altura em que uma série de problemas de saúde mental podem despoletar, como a depressão *major*, a patologia bipolar e a esquizofrenia. Existem outros estudos que indicam que a saúde mental dos estudantes é pior do que a da população em geral tratando-se por isso de um grupo mais vulnerável (Royal College of Psychiatrists, 2011). No Plano de Ação de Saúde Mental para 2013-2020 da Organização Mundial de Saúde (OMS), é referido que o fator macroeconómico decorrente da atual crise financeira mundial fez emergir novos grupos vulneráveis como é o caso dos jovens desempregados e dos jovens sem expectativas de emprego como acontece com os estudantes finalistas do ensino superior (World Health Organization [WHO], 2013). Também no Reino Unido alguns autores, referem a pobreza como um dos fatores de risco relacionado com o *distress* psicológico no ensino superior (Andrews & Wilding, 2004). Em Portugal, a depressão, o stress e a ansiedade, são assinaladas como as razões mais frequentes que levam os estudantes a procurar ajuda psicológica (Rede de Serviços de Apoio Psicológico no Ensino Superior [RESAPES], 2002). Deste modo, os estudantes podem não cumprir os critérios de diagnóstico de distúrbios mentais, mas podem revelar problemas de saúde mental subliminares que indicam que estão em sofrimento e necessitam de intervenção (Carvalho et al., 2013).

Li & Lerner (2011), num estudo longitudinal com 1977 adolescentes sublinham a importância do EAE para a saúde mental dos alunos, na medida em que verificaram que quanto maior é o envolvimento, melhor se revela a integração escolar. Também Pascarella e Terenzini (2005), referem que os estudantes universitários que estão melhor integrados (mais envolvidos na escola) são os que mais facilmente procuram apoio a qualquer nível, e os que têm maior probabilidade de concluir os estudos. A participação ativa na aprendizagem parece estar associada a um efeito de redução no stress, por outro lado, níveis elevados de stress podem conduzir a níveis mais baixos de envolvimento e ter uma influência negativa na saúde mental dos estudantes (Whitman, Spendlove, & Clark, 1986). Alguns estudos sublinham a noção de poder existir uma relação recíproca positiva entre o sentimento da autoeficácia, o bem-estar e o envolvimento na escola (Llorens, Schaufeli, Bakker, & Salanova, 2007). Numa investigação longitudinal realizada com uma amostra de 672 estudantes ao longo dos dois primeiros anos do ensino superior, os autores destacaram que o nível de autoestima se constituiu como variável preditiva de elevados níveis de motivação académica e se associou a resultados escolares mais elevados (Aspinwall & Taylor, 1992). Alguns estudos apontam para uma diminuição do nível de saúde mental na transição para o ensino superior (Cooke, Bewick, Barkham, Bradley, & Audin, 2006). A transição para o primeiro ano e a fase final de conclusão do curso, são apontados como os momentos mais críticos (Almeida & Cruz, 2010; Bewick, Koutsopoulou, Miles, Slaa, & Barkham, 2010).

## 2. Metodologia

### 2.1 *Problema de Investigação*

A investigação que se perspetiva procura contribuir para o conhecimento sobre o nível de EAE e de saúde mental no contexto de ensino superior, bem como sobre as relações que os dois constructos poderão ter entre si. Mais especificamente, o **problema de investigação** é formulado como se segue: *Como se caracteriza o envolvimento na escola e a saúde mental dos estudantes no ensino superior, como se relacionam estas variáveis entre si, e como se diferenciam em função de fatores pessoais, escolares e familiares?*

Decorrente dos principais aspectos do enquadramento teórico e da formulação do problema central mencionado, consideraram-se os seguintes **objectivos**: **1)** caracterizar os níveis de envolvimento escolar dos estudantes nas dimensões cognitiva, afectiva, comportamental, agenciada e, ainda, de cidadania; **2)** caracterizar a saúde mental dos estudantes de ensino superior nas dimensões negativas (*distress* psicológico) e positivas (bem-estar); **3)** analisar a relação entre envolvimento escolar e saúde mental em estudantes do ensino superior; e **4)** analisar quais os principais fatores (pessoais, escolares e familiares), quer do EAE quer da saúde mental, nos respectivos estudantes.

### 2.2 *Tipo de estudo*

O presente estudo será uma pesquisa não-experimental, já que não se perspectiva qualquer manipulação das variáveis em estudo e será transversal uma vez que cada sujeito é avaliado uma única vez. Pretende-se utilizar uma metodologia quantitativa com recurso ao programa de *Software Statistical Package for Social Sciences* (SPSS).

### 2.3 *Variáveis*

A análise dos resultados do estudo será realizada tendo em conta as variáveis dependentes e independentes. As primeiras (v. dependentes) estão relacionadas com os indicadores de Saúde Mental (medidos pelo MHI-38) e com as diferentes dimensões do Envolvimento dos Alunos na Escola (avaliados pela EAE-E4D), e as segundas (v. independentes), serão constituídas pelas seguintes características escolares e sociodemográficas dos estudantes da amostra do estudo: **1)** Escola/Unidade Orgânica;



**2)** curso/área de estudos; **3)** ano do curso; **4)** idade; **5)** sexo; **6)** habilitações académicas dos pais; **7)** estatuto civil; **8)** estatuto de trabalhador/estudante; **9)** deslocação de casa; **10)** avaliação subjetiva do rendimento escolar; **11)** número de reprovações; **12)** perspectiva futura de continuar os estudos e **13)** frequência de apoio psicológico.

## ***2.4 Amostra***

A amostra será constituída por conveniência a partir da população dos estudantes do Instituto Politécnico de Lisboa (IPL). Estima-se a sua dimensão em cerca de 1400 sujeitos.

Por uma questão de maior homogeneidade do intervalo de idades dos estudantes, a amostra será constituída apenas por estudantes dos cursos de 1º ciclo de estudos (licenciaturas), tentando obter representação proporcional das oito Escolas/Unidades Orgânicas do IPL. Contudo, no sentido de se conseguir abarcar uma maior diversidade de experiências, a amostra integrará estudantes dos 3 e /ou 4 anos das licenciaturas, compreendendo assim estudantes em fase de adaptação ao ensino superior (1º ano), estudantes já em plena vida académica (2º ano) e estudantes finalistas (3º e 4º anos) em fase de transição para o mercado de trabalho ou para o ciclo de estudos seguinte.

## ***2.5 Instrumentos***

Optou-se pela utilização de dois instrumentos de avaliação que serão em seguida caracterizados e que surgem na literatura existente como adequados para os objectivos desta pesquisa e para a população a estudar. Contudo, fizeram-se já algumas adaptações e proceder-se-ão a novas alterações em função do estudo preliminar. Futuramente no âmbito da consecução deste projeto, serão reanalisadas estas versões modificadas, no sentido de se averiguar se possuirão boas características psicométricas.

### ***2.5.1 Escala de Envolvimento dos Alunos na Escola - EAE-E4D***

A Escala de Envolvimento dos Alunos na Escola (EAE-E4D): uma escala quadri-dimensional, foi construída e validada por Veiga (2013), numa amostra de 685 alunos dos 6ª, 7ª, 9ª e 10ª ano de escolaridade, de várias regiões de Portugal. Esta escala envolve 20 itens, de resposta tipo Likert, que varia entre 1 (total desacordo) e 6 (total acordo). Cada uma das dimensões do envolvimento

é avaliada através de um conjunto de cinco itens. A título exemplificativo destacam-se alguns itens em cada uma das quatro dimensões: na cognitiva (e.g., “Quando estou a ler, procuro compreender o significado daquilo que o autor quer transmitir.”); na afetiva (e.g., “A minha escola é um lugar onde faço amigos com facilidade.”); na comportamental (e.g., “Estou distraído/a nas aulas.”; e na agenciativa (e.g., “Durante as aulas, intervenho para exprimir as minhas opiniões.”). Para os diferentes grupos de estudantes, os valores da consistência interna da escala (*Alfa de Cronbach*), variaram entre o valor máximo de 0,87 para a dimensão agenciativa e o valor mínimo de 0,689 para a dimensão comportamental (Veiga, 2013).

Selecionou-se esta escala por englobar quatro dimensões de envolvimento. Contudo, como foi validada para alunos de um contexto escolar diferente do ensino superior, resolveu-se proceder a algumas adaptações. Assim, foram modificadas as formulações de alguns itens e foram ainda acrescentados cinco itens relacionados com uma dimensão que se considerou poder ser designada de cidadania (e.g., “Quando se discutem os problemas da minha escola tenho um papel ativo” e/ou “Participo em festas e iniciativas da minha escola”), que se considerou ser pertinente no contexto de ensino superior. Esta dimensão está relacionada sobretudo com a participação na vida da escola enquanto comunidade escolar, incluindo o interesse pela vida organizativa da escola, a participação em projetos e atividades da escola, e o desenvolvimento de interações sociais positivas com colegas. A formulação dos itens que se acrescentaram, resultaram de uma análise e discussão que aconteceu num grupo constituído por seis estudantes, que se disponibilizaram a refletir sobre o sentido dos itens da referida escala, no âmbito das suas vivências pessoais e sociais de envolvimento na escola. Contudo, considera-se também em aberto, a possibilidade de que estes itens possam estar relacionados mais significativamente com a dimensão comportamental, incluídos na participação social dos estudantes na escola, como no âmbito do modelo inicial de Participação-Identificação, de Finn (1989), e seu desenvolvimento posterior (Finn & Zimmer, 2012).

### ***2.5.2 Inventário de Saúde mental – MHI-38***

O Inventário de Saúde Mental (MHI do acrónimo original) foi construído por Veit e Ware (1983) e foi adaptado para a população portuguesa por Pais-Ribeiro (2001). Selecionou-se este instrumento para estudar a saúde mental dos estudantes, porque se trata de um inventário que se propõe identificar aspectos negativos e positivos da saúde mental na população em geral que não sofre de patologia psiquiátrica, podendo assim diferenciar indivíduos com mais ou com menos saúde mental (Pais-Ribeiro, 2011).

O MHI-38 é um instrumento que inclui itens que medem o Bem-Estar Positivo e itens que avaliam o *Distress* Psicológico, incidindo este último, sobretudo em sintomas de depressão e de ansiedade que são os mais usuais na população em geral. O processo de validação e adaptação para a população portuguesa, incidiu sobre uma amostra de conveniência com 609 estudantes saudáveis, com idades entre os 16 e os 30 anos de idade, entre o 11º ano de escolaridade e o último ano da universidade (Pais-Ribeiro, 2001). Trata-se de um questionário de auto resposta, tipo escala de *Likert* com 6 pontos, que variam de 1 (nunca) a 6 (sempre). É constituído por um total de 38 itens (com 21 itens de resposta invertida), distribuídos por duas escalas/dimensões de segunda ordem: Bem-Estar Positivo com 14 itens e *Distress* Psicológico com 24 itens. A primeira escala engloba duas dimensões de primeira ordem: “Afeto positivo” com 11 itens (e.g., “Tem se sentido feliz e satisfeito com a sua vida”) e “Laços Emocionais” com 3 itens (e.g., “Com que frequência se sentiu amado e querido”). A escala de *Distress* inclui três dimensões de primeira ordem: “Ansiedade” com 10 itens (e.g., “Durante quanto tempo se sentiu muito nervoso/a”); “Depressão” com 5 itens (e.g., “Durante quanto tempo se sentiu triste e em baixo”); e “Perda de Controlo Emocional/Comportamental” com 9 itens (e.g., “Com que frequência se sentiu como se fosse chorar”). A pontuação das duas escalas resulta do somatório dos resultados brutos a todos os itens, podendo variar entre 24 e 144 pontos para a escala de *Distress* Psicológico e entre 14 e 84 pontos para a escala de Bem-Estar Positivo. Deste modo as pontuações mais elevadas correspondem a uma melhor saúde mental. A adaptação portuguesa, apresenta valores de consistência interna (*Alfa de Cronbach*) semelhantes à versão americana original, 0.91 e 0.95 para as duas dimensões de Bem-Estar e de *Distress*, respectivamente, e 0.96 para a escala total (Pais-Ribeiro, 2001). O MHI-38 tem sido considerado como um bom instrumento de rastreio no âmbito da saúde mental (Pais-Ribeiro, 2011).

## **2.6 Procedimento**

A versão final do questionário, constituído por duas escalas, (EAE-E4D e MHI-38), será aplicado no 2º semestre letivo, para que os estudantes do 1º ano já possam ter tido oportunidade de se envolverem no contexto académico. Os instrumentos serão facultados aos estudantes em versão online e apenas responderão os que mostrem desejo de participar voluntariamente no estudo.

### **3. Estudo preliminar**

Foi realizado um estudo preliminar com uma amostra de 63 sujeitos do 1º ano do ensino superior. Os dados recolhidos foram introduzidos na base de dados do SPSS e foram sujeitos a uma análise estatística descritiva, com ênfase fundamentalmente nos valores médios, nos desvios padrões e na análise da frequência das respostas em cada item. Características que são consideradas essenciais para equacionar a melhoria da formulação dos itens dos instrumentos, relativamente à objetividade da informação que se pretende recolher para dar resposta ao problema e às questões da investigação (Tuckman, 2012). Foram também sinalizados neste estudo preliminar alguns aspectos que devem ser revistos para melhorar a qualidade do questionário, no sentido de se conseguirem recolher dados que sejam realmente pertinentes para responder aos objectivos e às questões desta investigação.

### **4. Resultados esperados**

Considerando que a escola se pode constituir como um instrumento potenciador de mudanças a diferentes níveis, pessoais e sociais, espera-se poder alcançar uma melhor clarificação dos factores associados ao envolvimento e à saúde mental dos estudantes no contexto escolar, no sentido de poder também contribuir para uma reflexão, da qual possam emergir orientações direccionadas para perspectivar alterações contextuais, com vista a melhorar a qualidade dos processos vivenciados pelos jovens no âmbito da escola.

## Referencias

- Almeida, L., & Cruz, J. F. A.** (2010). Transição e Adaptação Académica: reflexões em torno dos alunos do 1.º ano da Universidade do Minho. Em *Actas do Congresso Ibérico, Ensino Superior em Mudança: Tensões e Possibilidades* (pp. 429–439). Braga: Universidade do Minho.
- Andrews, B., & Wilding, J. M.** (2004). The relation of depression and anxiety to life-stress and achievement in students. *British journal of psychology (London, England: 1953)*, 95(Pt 4), 509–521. <http://doi.org/10.1348/0007126042369802>
- Appleton, J. J., Christenson, S. L., & Furlong, M. J.** (2008). Student engagement with school: Critical conceptual and methodological issues of the construct. *Psychology in the Schools*, 45(5), 369–386. <http://doi.org/10.1002/pits.20303>
- Appleton, J. J., Reschly, A. L., & Christenson, S. L.** (2014). Measuring and intervening with student engagement with school: Theory and application, U.S. and international results, and systems level implementations. Em F. H. Veiga (Ed.), *Envolvimento dos Alunos na Escola: Perspetivas Internacionais da Psicologia e Educação / Students' Engagement in School: International Perspectives of Psychology and Education* (pp. 20–37). Lisboa: Instituto de Educação, Universidade de Lisboa.
- Aspinwall, L. G., & Taylor, S. E.** (1992). Modeling cognitive adaptation: a longitudinal investigation of the impact of individual differences and coping on college adjustment and performance. *Journal of personality and social psychology*, 63(6), 989–1003. <http://doi.org/10.1037/0022-3514.63.6.989>
- Bewick, B., Koutsopoulou, G., Miles, J., Slaa, E., & Barkham, M.** (2010). Changes in undergraduate students' psychological well-being as they progress through university. *Studies in Higher Education*. <http://doi.org/10.1080/03075070903216643>
- Carvalho, A. A., Nogueira, P. J., Silva, A. J., Rosa, M. V., Alves, M. I., Afonso, D., ... Oliveira, A. L.** (2013). *Portugal Saúde Mental em números - 2013 - Programa Nacional para a Saúde Mental*. Lisboa: Direção-Geral da Saúde, Ministério da Saúde.
- Cooke, R., Bewick, B., Barkham, M., Bradley, M., & Audin, K.** (2006). Measuring, monitoring and managing the psychological well-being of first year university students. *British Journal of Guidance & Counselling*. <http://doi.org/10.1080/03069880600942624>
- Finn, J. D.** (1989). Withdrawing From School. *Review of Educational Research*, 59(2), 117–142. <http://doi.org/10.3102/00346543059002117>
- Finn, J. D., & Zimmer, K. S.** (2012). Student Engagement : What is it? Why does it matter? Em S. L. Christenson, A. L. Reschly, & C. Wylie (Eds.), *Handbook of Research on Student Engagement* (pp. 97–131). New York: Springer. <http://doi.org/10.1007/978-1-4614-2018-7>
- Fredricks, J. A., Blumenfeld, P. C., & Paris, A. H.** (2004). School Engagement: Potential of the Concept, State of the Evidence. *Review of Educational Research*, 74(1), 59–109. <http://doi.org/10.3102/00346543074001059>

- Fredricks, J. A., & McColskey, W.** (2012). The measurement of student engagement: A comparative analysis of various methods and student self-report instruments. Em S. L. Christenson, A. L. Reschly, & C. Wylie (Eds.), *Handbook of Research on Student Engagement*. <http://doi.org/10.1007/978-1-4614-2018-7>
- Fullarton, S.** (2002). Student Engagement with School: Individual and School-Level Influences. *Longitudinal Surveys of Australian Youth*, 27, 1–51.
- Furlong, M. J., & Christenson, S. L.** (2008). Engaging Students at School and with Learning: a Relevant Construct for ALL Students. *Psychology in the Schools*, 45(5), 365–368. <http://doi.org/10.1002/pits>
- Kessler, R. C., Berglund, P., Demler, O., Jin, R., Merikangas, K. R., & Walters, E. E.** (2005). Lifetime Prevalence and Age-of-Onset Distributions of. *Arch Gen Psychiatry*, 62(June), 593–602. <http://doi.org/10.1001/archpsyc.62.6.593>
- Larsen, J. T., McGraw, A. P., & Cacioppo, J. T.** (2001). Can people feel happy and sad at the same time? *Journal of personality and social psychology*, 81(4), 684–696. <http://doi.org/10.1037/0022-3514.81.4.684>
- Li, Y., & Lerner, R. M.** (2011). Trajectories of school engagement during adolescence: implications for grades, depression, delinquency, and substance use. *Developmental psychology*, 47(1), 233–247. <http://doi.org/10.1037/a0021307>
- Llorens, S., Schaufeli, W., Bakker, A., & Salanova, M.** (2007). Does a positive gain spiral of resources, efficacy beliefs and engagement exist? *Computers in Human Behavior*, 23(1), 825–841. <http://doi.org/10.1016/j.chb.2004.11.012>
- Massé, R., Poulin, C., Dassa, C., Lambert, J., Bélair, S., & Battaglini, A.** (1998). The structure of mental health: Higher-order confirmatory factor analyses of psychological distress and well-being measures. *Social Indicators Research*, 45, 475–504.
- Pais-Ribeiro, J. L.** (2001). Mental Health Inventory: um estudo de adaptação à população portuguesa. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 2(1), 77–99.
- Pais-Ribeiro, J. L.** (2011). *Inventário de saúde mental*. Lisboa: Placebo.
- Pascarella, E. T., & Terenzini, P.** (2005). *How college affects students : a third decade of research. The JosseyBass higher and adult education series* (Vol. 2). <http://doi.org/10.2307/1982025>
- Rede de Serviços de Apoio Psicológico no Ensino Superior [RESAPES].** (2002). Caracterização dos serviços de apoio psicológico no ensino superior em Portugal (Vol. 1 e 2). Lisboa: RESAPES.
- Reeve, J., & Tseng, C. M.** (2011). Agency as a fourth aspect of students' engagement during learning activities. *Contemporary Educational Psychology*, 36(4), 257–267. <http://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2011.05.002>
- Reschly, A. L., & Christenson, S. L.** (2012). Jingle, Jangle, and Conceptual Haziness: Evolution and Future Directions of the Engagement Construct. Em S. L. Christenson, A. L. Reschly, & C. Wylie (Eds.), *Handbook of Research on Student Engagement* (pp. 3–19). New York: Springer. <http://doi.org/10.1007/978-1-4614-2018-7>

- Royal College of Psychiatrists.** (2011). *Mental health of students in higher education Royal College of Psychiatrists. College Report CR166*. London: Royal College of Psychiatrists.
- Schaufeli, W. B., Salanova, M., Bakker, A. B., & Gonzales-Roma, V.** (2002). The Measurement of Engagement and Burnout : A two sample confirmatory Factor Analytic Approach. *Journal of Happiness Studies*, 3, 71–92. <http://doi.org/10.1023/A:1015630930326>
- Skinner, E. A., Kindermann, T. A., & Furrer, C. J.** (2008). A Motivational Perspective on Engagement and Disaffection: Conceptualization and Assessment of Children's Behavioral and Emotional Participation in Academic Activities in the Classroom. *Educational and Psychological Measurement*. <http://doi.org/10.1177/0013164408323233>
- Tinto, V., & Wagenaar, T. C.** (1988). Leaving College: Rethinking the Causes and Cures of Student Attrition. *Contemporary Sociology*. <http://doi.org/10.2307/2069700>
- Trowler, V.** (2010). Student engagement literature review. Obtido 24 de Março de 2015, de [http://americandemocracy.illinoisstate.edu/documents/democratic-engagement-white-paper-2\\_13\\_09.pdf](http://americandemocracy.illinoisstate.edu/documents/democratic-engagement-white-paper-2_13_09.pdf)
- Trussell, R. P.** (2008). Promoting school-wide mental health. *International Journal of Special Education*, 23(3), 150–156.
- Tuckman, B. W.** (2012). *Manual de investigação em educação* (4ª Edição). Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.
- Vaillant, G. E.** (2003). Model A : Mental Health. *American Journal of Psychiatry*, 160(8), 1373–1384.
- Veiga, F. H.** (2013). Envolvimento dos Alunos na Escola: Elaboração de uma nova Escala de Avaliação. *International Journal of Developmental and Educacional Psychology*, 1(1), 441–450.
- Veiga, F. H., Festas, I., Taveira, C., Galvão, D., Janeiro, I., Conboy, J., ... Nogueira, J.** (2012). Envolvimento dos Alunos na Escola : Conceito e Relação com o Desempenho Académico — Sua Importância na Formação de Professores. *Revista Portuguesa de Pedagogia*, 46(2), 31–47.
- Veiga, F. H., Reeve, J., Wentzel, K., & Robu, V.** (2014). Assessing students' engagement: A review of instruments with psychometric Qualities. Em F. H. Veiga (Ed.), *Envolvimento dos Alunos na Escola: Perspetivas Internacionais da Psicologia e Educação / Students' Engagement in School: International Perspectives of Psychology and Education* (pp. 38–57). Lisboa: Instituto de Educação, Universidade de Lisboa.
- Veit, C. T., & Ware, J. E.** (1983). The structure of psychological distress and well-being in general populations. *Journal of consulting and clinical psychology*, 51(5), 730–742. <http://doi.org/10.1037/0022-006X.51.5.730>
- Warr, P., Barter, J., & Brownbridge, G.** (1983). On the independence of positive and negative affect. *Journal of personality and social psychology*, 44(3), 664–651.
- Whitman, N. A., Spendlove, D. C., & Clark, C. H.** (1986). *Increasing Students' Learning: A Faculty Guide to Reducing Stress among Students. ASHE-ERIC Higher Education Research Report - No. 4*. Washington, D.C.: Association for the Study of Higher Education.

- Winefield, H. R., Gill, T. K., Taylor, A. W., & Pilkington, R. M. (2012).** Psychological well-being and psychological distress: is it necessary to measure both? *Psychology of Well-Being: Theory, Research and Practice*, 2(1), 3. <http://doi.org/10.1186/2211-1522-2-3>
- World Health Organization [WHO]. (1978).** ALMA-ATA Primary Health Care. Obtido 22 de Junho de 2015, de [http://www.unicef.org/about/history/files/Alma\\_Atta\\_conference\\_1978\\_report.pdf](http://www.unicef.org/about/history/files/Alma_Atta_conference_1978_report.pdf)
- World Health Organization [WHO]. (1986).** Carta de OTTAWA. Obtido 22 de Junho de 2015, de <http://www.who.int/healthpromotion/conferences/previous/ottawa/en/>
- World Health Organization [WHO]. (2006).** Constitution of The World Health Organization. Obtido 15 de Junho de 2015, de [http://www.who.int/governance/eb/who\\_constitution\\_en.pdf](http://www.who.int/governance/eb/who_constitution_en.pdf)
- World Health Organization [WHO]. (2013).** Mental Health Action Plan 2013-2020. Obtido 22 de Junho de 2015, de [http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/89966/1/9789241506021\\_eng.pdf](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/89966/1/9789241506021_eng.pdf)
- Zautra, A. J., Affleck, G. G., Tennen, H., Reich, J. W., & Davis, M. C. (2005).** Dynamic approaches to emotions and stress in everyday life: Bolger and zuckerman reloaded with positive as well as negative affects. *Journal of Personality*, 73(6), 1511–1538. <http://doi.org/10.1111/j.0022-3506.2005.00357.x>
- Zautra, A. J., Berkhof, J., & Nicolson, N. A. (2002).** Changes in affect interrelations as a function of stressful events. *Cognition & Emotion*. <http://doi.org/10.1080/02699930143000257>